

«ՎԱՂ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՄՆՈՒՑՄԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄԸ: ՄՆՈՒՑՄԱՆ ՎԱՐՔԱԳԾԱՅԻՆ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐԸ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՄՈՏ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ

2025թ.-ից կրկնողաբար, ք. Երևան (ՀՀ ԱՆ «Ակադեմիկոս Ս. Ավդալբեկյանի անվան առողջապահության ազգային ինստիտուտ» ՓԲԸ) և/կամ առցանց («Զույմ հարթակ»)

**ՀՀ ԱՆ «Ակադեմիկոս Ս. Ավդալբեկյանի անվան առողջապահության ազգային ինստիտուտ» ՓԲԸ
«Մայնդֆուլ» հոգեկան առողջության խորհրդատվության կենտրոն**

- Թիրախային լսարան՝ մանկաբույժներ, ընտանեկան բժիշկներ, բուժքույրեր
- Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 8-16 հոգի
- մասնակից ավագ բուժաշխատողներին շնորհել ՇՄՁ 19 տեսական և 5 գործնական կրեդիտ.
մասնակից միջին բուժաշխատողներին՝ ՇՄՁ 15 տեսական և 3 գործնական կրեդիտ,
դասավանդողներ Կարինե Սարիբեկյանին՝ ՇՄՁ 9 տեսական և 3 գործնական կրեդիտ, Հասմիկ Լալայանին՝ ՇՄՁ 14 տեսական և 5 գործնական կրեդիտ, Սաթինե Բարսեղյանին՝ ՇՄՁ 7 տեսական և 1 գործնական կրեդիտ, Աննա Տոնիկյանին՝ ՇՄՁ 6 տեսական կրեդիտ
- Կոնտակտ 010235310

Օր 1		
09:30-10:00	Դասընթացի բացում, մասնակիցների ներկայացում	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան/ Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան/
10:00-10:30	Վերապատրաստման դասընթացի նպատակի և օրակարգի ներկայացում	
10:30-11:00	Նախաթեստ	
11:00-12:00	Դասախոսություն Վաղ տարիքի երեխաների սնուցման հետ կապված գլոբալ և ազգային ռազմավարությունը և երեխաների սնուցման կարգավիճակը ներկայացնող ցուցանիշների միտումները Հայաստանում	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
12:00-13:00	Դասախոսություն Կրճրվ կերակրումը մանկան կյանքի ապահովագրությունն է: Կրճրի կաթի և կրճրվ կերակրման առավելությունները	Հասմիկ Լալայան/ Կարինե Սարիբեկյան

13:00-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:30	Դասախոսություն Կրծքով կերակրման մեխանիզմը: Ամրակցում կրծքին և կրծքով կերակրման դիրքեր	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
15:30-16:00	Գործնական աշխատանք Կրծքով կերակրումը օգտակար է և՛ մոր, և՛ մանկիկի համար: Թեմատիկ տեսաֆիլմերի դիտում և քննարկում. 1. Կրծքով կերակրման կարևորությունը: https://www.youtube.com/watch?v=gYSohwc8xk 2. Կաթնարտադրություն https://www.youtube.com/watch?v=jQQjKGKZk5A	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
16:00-16:30	Հարց ու պատասխան: Օրվա ամփոփում	
Օր 2		
10:00-11:30	Դասախոսություն Կրծքին վաղ մոտեցման, մաշկը-մաշկին շփման և համատեղ կեցության կարևորությունը: Կաթնախեցժը կարևոր է մանկան կյանքի առաջին օրերին	Հասմիկ Լալայան/ Կարինե Սարիբեկյան
11:30-12:00	Գործնական աշխատանք Թեմատիկ տեսաֆիլմերի դիտում և քննարկում 1.Կրծքով առաջին կերակրում https://www.youtube.com/watch?v=Mw3xHIC7OAg 2.ԿԿ ծնվելուն հաջորդող 1 ժամվա ընթացքում https://www.youtube.com/watch?v=OhF-qpaaOHQ	Հասմիկ Լալայան/ Կարինե Սարիբեկյան
12:00-13:00	Դասախոսություն ԿԿ խորհրդատվության հմտություններ՝ «Լսել և իմանալ», «Վստահության ծնավորում և աջակցություն»	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
13:00-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Գործնական աշխատանք ԿԿ խորհրդատվության հմտություններ: Խմբային աշխատանք՝ առաջադրանք-վարժություններ իրավիճակային տարբեր սցենարներով	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
15:00-16:00	Գործնական աշխատանք Կրծքով կերակրման գնահատում. 1.Վարժանք սլայդներով՝ ամրակցում կրծքին և մարմնի դիրքը ԿԿ ժամանակ 2.Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում Կրծքով կերակրման դիրքեր https://www.babycef.am/hy/child-nutrition/breastfeeding-positions	Հասմիկ Լալայան/ Կարինե Սարիբեկյան
16:00-16:30	Հարց ու պատասխան: Օրվա ամփոփում	
Օր 3		

10:00-11:00	Դասախոսություն Կրծքով կերակրման դժվարություններ՝ լաց, հրաժարում կրծքից, անբավարար կաթնարտադրություն, Կաթնարտադրության վերականգնում /ռելակտացիա	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
11:00-11:30	Գործնական աշխատանք Կրծքով կերակրման դժվարություններ: Ինչպես կթել կուրծքը և պահպանել կաթը: 1. Վարժություններ՝ Իրավիճակային սցենարներ, 2. Թեմատիկ տեսաֆիլմեր. Հրաժարում կրծքով կերակրումից https://www.youtube.com/watch?v=svWpQ3aABqY&t=12s Ինչպես կթել կուրծքը	Հասմիկ Լալայան/ Աննա Տոնիկյան
11:30-12:30	Դասախոսություն Կրծքի կաթի և կրծքով կերակրման ժամանակավոր և մշտական հակացուցումները, հիվանդ երեխաների կրծքով սնուցումը	Կարինե Սարիբեկյան/ Հասմիկ Լալայան
12:30-13:00	Դասախոսություն Արհեստական սնուցում: Երբ և ինչպես կարելի է տրամադրել կաթնախառնուրդներ	Հասմիկ Լալայան/ Աննա Տոնիկյան
13:00-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Դասախոսություն Հավելյալ սնուցում, հավելյալ սնուցման կազմակերպման հիմնարար սկզբունքները	Հասմիկ Լալայան/ Սաթինե Բարսեղյան
15:00-16:00	Գործնական աշխատանք Հավելյալ սնուցման կազմակերպման գործնական հմտություններ: Նյութի ընթերցում և մեկնաբանում. 1.Հավելյալ սնուցման համար առաջարկվող սննդամթերք, Սննդի մոտավոր օրաբաժիններ, ճաշացանկեր և բաղադրատոմսեր 2.Թեմատիկ վարժություններ և տեսաֆիլմ	Հասմիկ Լալայան/ Սաթինե Բարսեղյան
16:00-16:30	Հարց ու պատասխան: Օրվա ամփոփում	
Օր 4		
10:00-11:00	Դասախոսություն Կրծքով կամ շշով կերակրման, հավելյալ սնման հոգեբանական կողմերը: Առաջին սննդային կոնֆլիկտներ (0-12 ամսական): https://www.youtube.com/watch?v=9Cq7Jy3Ln5g&ab_channel=NationalLibraryofMedicine	Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան
11:00-12:00	Դասախոսություն Բժախնդիր անվող երեխաներ՝ ինքնուրույն ուտելու կարևորություն, սննդային ընտրողականություն, սննդի հետ կապված վախեր (1-3 տարեկան): https://www.youtube.com/watch?v=hHs6Q7COGWg&ab_channel=StanfordMedicineChildren%27sHealth	Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան

12:00-13:00	Դասախոսություն Սննդի հետ կապված վարքային խնդիրներ՝ սենսորային զգայունություն, սննդային վախեր, Աուտիզմի և այլ նյարդաբազմազանության ազդեցությունը սնուցման վրա (3-7 տարեկան): https://www.youtube.com/watch?v=3Y5HiXXUqgY&ab_channel=Harkla	Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան
13:00-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:00	Դասախոսություն Ընտանիքի և սոցիալական ազդեցությունը՝ ընտանեկան մոդելներ, սննդային վարքի սոցիալական գործոնները սննդի հետ կապված պատիժներ ու խրախուսանքներ (7-12 տարեկան): https://www.youtube.com/watch?v=q5vAxx0CJRc&ab_channel=BoysTownHospital	Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան
15:00-16:00	Դասախոսություն Դեռահասների սննդային վարքագիծը՝ անորեքսիա, բուլեմիա, ARFID, մարմնի կերպարի ընկալումը, սթրեսի ազդեցությունը ուտելու վրա (12-18 տարեկան): https://www.youtube.com/watch?v=Kt1p2gLug60&ab_channel=AmericanPsychiatricAssociation	Սաթինե Բարսեղյան/ Աննա Տոնիկյան
16:00-16:30	Հարց ու պատասխան: Օրվա ամփոփում	
Օր 5		
10:00-11:00	Դասախոսություն Կրծքագեղձի վիճակներ: Կրծքով կերակրման հետ կապված առավել հաճախ հանդիպող մայրական խնդիրներ	Հասմիկ Լալայան
11:00-12:00	Դասախոսություն Կաթնախառնուրդների մարքեթինգի միջազգային օրենսգիրքը և ՀՀ օրենքը «Կրծքով կերակրման խրախուսման և մանկական կաթնախառնուրդների վաճառահանման մասին»	Հասմիկ Լալայան
12:00-13:00	Դասախոսություն Կաթնախառնուրդի գովազդի ձևերը, անուղղակի գովազդ, խախտումները Հայաստանում	Հասմիկ Լալայան
13:00-14:00	Ընդմիջում	
14:00-15:30	Հետթեստ	
15:30-16:00	Հետթեստի արդյունքների քննարկում	
16:00-16:30	Դասընթացի ամփոփում, փակում	